



平成28年4月の献立予定表(幼児食) すくすく保育園分園

日	曜日	献立名	手作りおやつです	主な材料	1.2歳児の栄養価			
			おやつ		エネルギー Kcal	タンパク質 g	脂質 g	塩分 g
1	金	ごはん ロールとんかつ コールスロー ひじきと高野豆腐の煮物 さつま芋とねぎの味噌汁 オレンジ	菓子 せんべい 牛乳	牛乳 米 国産豚肉 小麦粉 きゃべつ ひじき 油揚げ にんじん 高野豆腐 さつま芋 ねぎ 味噌 オレンジ	586	20.6	22.6	1.2
4	月	ごはん 厚揚げと鶏肉のねぎソース 青菜ののり和え 麩とわかめの味噌汁 オレンジ	菓子 せんべい 牛乳	牛乳 米 厚揚げ 国産鶏肉 小麦粉 生姜汁 小松菜 にんじん のり 麩 わかめ 味噌 オレンジ	476	20.8	16.7	1.0
5	火	ふりかけごはん 松風焼き プチトマト 和風香りサラダ きのこの味噌汁 グレープフルーツ	野菜チップス 牛乳	牛乳 米 国産鶏肉 豆腐 玉ねぎ にんじん パン粉 ごま トマト きゃべつ きゅうり しらす干し 味噌 グレープフルーツ 南瓜 れんこん	460	18.4	14.6	1.2
6	水	ごはん 魚のケチャップ煮 ブロッコリー きんぴら 豆腐と玉ねぎの味噌汁 パナナ	プリン 牛乳	牛乳 米 カレイ マカロニ 国産ブロッコリー ごぼう にんじん ごま 豆腐 玉ねぎ 味噌 パナナ	476	18.3	13.2	1.1
7	木	ごはん 鮭の南部焼き 青菜のごま和え 卵の花炒り 白菜と油揚げの味噌汁 オレンジ	そうめん 牛乳	牛乳 米 鮭 ごま ほうれん草 おから 油揚げ にんじん しらすき ねぎ 味噌 白菜 オレンジ そうめん わかめ	456	20.6	12.6	2.0
8	金	キーマカレー(ピーマン入り) ポイルウインナー ポテトサラダ スティックきゅうり 豆腐と大根の味噌汁 グレープフルーツ	スティックパン オレンジ 牛乳	牛乳 米 国産豚肉 ピーマン トマト 玉ねぎ 厚揚げ バブリカ なす ウインナー じゃが芋 きゅうり マヨドレ 味噌 オレンジ スティックパン	583	18.6	20.4	1.9
11	月	煮うどん 白身魚の変わり揚げ 青菜のごまみそ和え ヨーグルト	キャラットケーキ 牛乳	牛乳 乾めん 大根 にんじん 国産鶏肉 ねぎ 小松菜 カレイ あおのり 小麦粉 ほうれん草 ヨーグルト	531	23.2	16.4	2.9
12	火	さくらごはん 煮込みハンバーグ 温野菜 かぼちゃのサラダ 豆腐とえのきの味噌汁 いちご	リンゴジュース チーズ せんべい	牛乳 米 鮭フレーク 国産豚肉 豆腐 玉ねぎ きゃべつ しめじ パン粉 にんじん 南瓜 きゅうり ベーコン えのき 味噌 いちご チーズ	519	18.0	14.7	1.4
13	水	ごはん チキン照り焼き コールスロー ミモザサラダ 白菜と油揚げの味噌汁 オレンジ	ジャムサンド 牛乳	牛乳 米 国産鶏肉 小麦粉 きゃべつ マカロニ きゅうり にんじん 鶏卵 マヨドレ 白菜 油揚げ 味噌 オレンジ 食パン	509	19.6	14.8	1.3
14	木	食パン ミートグラタン ポイルのかぼちゃとブロッコリー ペーコンスープ ヨーグルト	スティックパイ 牛乳	牛乳 食パン 高野豆腐 にんじん たまねぎ 国産豚肉 小麦粉 バター チーズ 国産ブロッコリー 南瓜 ベーコン とうもろこし きゃべつ ヨーグルト	536	19.4	28.7	1.8
15	金	リクエストメニュー	ジョア バナナ せんべい					
18	月	ごはん ささみのコーンフレーク揚げ プチトマト きゃべつとわかめのごまみそ和え さつま芋とねぎの味噌汁 パナナ	ヨーグルト パンブキンケーキ	牛乳 米 ささみ 小麦粉 コーンフレーク トマト きゃべつ わかめ ごま さつま芋 ねぎ 味噌 パナナ ヨーグルト 小麦粉 南瓜	533	19.7	10.0	1.2
19	火	野菜たっぷりリトマツパゲティ スペインオムレツ 昆布サラダ スープ アップルゼリー	おかかのおにぎり 牛乳	牛乳 スイカゼリ 玉ねぎ きゃべつ ベーコン トマト 鶏卵 国産豚肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ バター きゃべつ 昆布 きゅうり ごま アップルゼリー 米 粉り節	541	19.5	17.5	1.8
20	水	ごはん 豚肉のくわ焼き 白菜の浅漬け きんぴらごぼう 大根と油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	フレンチトースト 牛乳	牛乳 米 国産豚肉 しょうが 白菜 ごぼう にんじん ごま 大根 油揚げ 味噌 グレープフルーツ 食パン 鶏卵	543	21.1	21.2	1.4
21	木	ごはん 厚揚げと挽肉の中華炒め 三色ナムル 蒸しかぼちゃ 麩とわかめの味噌汁 オレンジ	カップゼリー 牛乳	牛乳 米 厚揚げ 国産豚肉 春雨 しいたけ にんじん ピーマン ごま ほうれん草 ややし 南瓜 麩 わかめ 味噌 オレンジ 缶フルーツ 寒天	423	16.8	14.2	1.1
22	金	ごはん 鮭フライパブリカ添え ブロッコリー 里芋ときのこの煮物 豆腐とねぎの味噌汁 いちご	フルーツポンチ 牛乳	牛乳 米 鮭 小麦粉 パン粉 パブリカ 国産ブロッコリー 里芋 しめじ しいたけ 豆腐 ねぎ 味噌 いちご 缶フルーツ パナナ	478	20.3	13.5	1.1
25	月	ごはん 鶏肉のひじき入りつくね 温野菜 ポテトきんぴら 炒め白菜の味噌汁 パナナ	菓子 せんべい 牛乳	牛乳 米 国産鶏肉 豆腐 ひじき にんじん 玉ねぎ レタス きゃべつ にんじん じゃが芋 白菜 味噌 パナナ	500	18.6	15.3	1.2
26	火	ふりかけごはん かじきのごまだれ焼き プチトマト 青菜の磯和え キャベツとえのきの味噌汁 オレンジ	ホットケーキ 牛乳	牛乳 米 かじきまぐろ ごま トマト ほうれん草 にんじん のり ごま きゃべつ えのき 味噌 オレンジ 小麦粉 鶏卵	456	17.9	11.8	0.9
27	水	たけのごはん 鶏の唐揚げ ブロッコリーのおかか和え 豆腐とわかめの味噌汁 グレープフルーツ	麩の黄な粉スナック 牛乳	牛乳 米 国産たけのこ にんじん 油揚げ 国産鶏肉 小麦粉 国産ブロッコリー 豆腐 わかめ 味噌 グレープフルーツ 麩 黄な粉 オリーブ油	557	22.7	25.5	1.5
28	木	ふりかけごはん カレイのあんかけ煮パブリカ添え 青菜とカニかまのおかか和え 厚揚げと玉ねぎの味噌汁 パナナ	ほろほろクッキー せんべい 牛乳	牛乳 米 カレイ パブリカ 小松菜 カニ 蒲鉾 玉ねぎ 厚揚げ 味噌 パナナ 小麦粉 バター	530	20.6	15.6	1.3

* 3歳未満児は毎日午前中のおやつ(牛乳)があります。

* 仕入れの状況により内容が変更する場合があります。ご了承ください。



★はし、スプーンは全園児、保育園で用意いたします。
★おいしく楽しい給食です。

すくすく保育園分園給食

		エネルギー Kcal	タンパク質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄分 mg	塩分 g
3歳未満児	目標栄養量	515	18.7	13.8	200	2.3	2.0g未満
	4月の栄養平均値	510	19.7	16.8	292	2.7	1.5